

PERIODEPLAN

Klassetrinn:	9. trinn
Periode:	Uke 48-50
Fag:	Mat og helse
Tema:	Festmåltid og norske mattradisjoner - jul

Kompetansemål – fra Læreplan

Mat og kultur

- Lage mat for ulike sosiale sammenhenger (norsk jul) og drøfte hvordan mat er med på å skape identitet.
- planlegge og gjennomføre måltid i forbindelse med høgtider eller fest og ha ei vertskapsrolle
- gi eksempler på hvordan kjøkkenredskaper, tillagingsmåter eller matvaner har endret seg over tid eller flyttet seg geografisk, og forklare hvordan det har virket inn på livet til folk

Læringsmål

Du skal kunne:

- lage småkaker som spises i forbindelse med norsk juletradisjon
- tilberede festmat
- steke ribbe, rute og få sprø svor
- tilberede og koke kjøtt (pinnekjøtt)
- koke poteter
- lage riskrem og rød saus
- anrette et matbord
- dekke og pynte et bord

Du skal kjenne til:

- hvordan de eldste kakene vi kjenner ble laget
- de norske tradisjonene rundt flatbrød og lefse
- de norske tradisjonene rundt julebakst og julemat

Du skal gjøre rede for:

- Norske mat og kaketradisjoner rundt jul

Du skal kunne gi eksempler på:

- Hvordan juletradisjonene har forandret seg

Innhold og oppgaver			
Uke	Læringsaktivitet – praktisk arbeid	Teori	Teknikk
48	Julekaker	Norske tradisjoner rundt julebakst	Røre smør og sukker hvitt Kjevle Bake Steke småkaker Koke te
49		Norske juletradisjoner Skrive invitasjoner Toastmaster Fordele arbeidsoppgaver	Skrive invitasjoner Være toastmaster Takke for maten Dekke bord/brette servietter
50	Julebord og julemat	Bordpynting Anrette mat Matvarekunnskap	Steke kjøtt i ovnen Koke kjøtt Lage surkål Koke poteter Lage stappe Steke pølser Lage og steke medisterkaker Lage rød saus Piske krem Lage riskrem Lage sukkerlake Kutte frukt til fruktsalat Dekke bord Brette servietter

Metode
Praktisk arbeid. Demonstrasjoner. Teori.

Vurderingsform
Uformell vurdering av innsats i timene. Egenvurdering.

Kjennetegn på måloppnåelse			
Kompetansemål	Lav grad av måloppnåelse	Middels grad av måloppnåelse	Høy grad av måloppnåelse
Lage mat for ulike sosiale sammenhenger (norsk jul) og drøfte hvordan mat er med på å skape identitet.	Eleven bruker i noen grad en oppskrift med aktuelle teknikker for å kunne lage en rett fra norsk julemattradisjon.	Eleven bruker en oppskrift med aktuelle teknikker for å kunne lage en rett fra norsk julemattradisjon.	Eleven bruker en oppskrift og kommer med alternative forslag til ingredienser og teknikker for å kunne lage en rett fra norsk julemattradisjon.
planlegge og gjennomføre måltid i forbindelse med høgtider eller fest og ha ei vertskapsrolle	Eleven lager en invitasjon med de viktigste momentene og hilser på gjestene når de kommer. Eleven kan dekke bord med det mest nødvendige.	Eleven lager en invitasjon med momentene som er nødvendig for at gjesten skal føle seg velkommen og tilpass. Eleven kan dekke bord som er pyntet til fest.	Eleven lager en pent utformet invitasjon med momentene som er nødvendig for at gjesten skal føle seg velkommen og tilpass. Eleven kan dekke bord som er pyntet til fest med alt dette innebærer.
gi eksempler på hvordan kjøkkenredskaper, tillagingsmåter eller matvaner har endret seg over tid eller flyttet seg geografisk, og forklare hvordan det har virket inn på livet til folk	Eleven forteller litt om den norske julemattradisjon, råvarene og litt om hvor tradisjonene geografisk kommer fra.	Eleven forteller om den norske julemattradisjon, råvarene og litt om hvor tradisjonene geografisk kommer fra.	Eleven forteller om den norske julemattradisjon, råvarene og litt om hvor tradisjonene geografisk kommer fra og vurderer sammenhengen mellom faktorene.
	Du gjør det andre forteller deg at du skal gjøre, når det er ferdig har du ikke noe å gjøre før noen gir deg nye oppgaver.	Du gjør dine oppgaver, spør om hjelp og får stort sett gjort det du skal. Hvis andre trenger hjelp gjør du det heller for dem enn å veilede dem.	Du tar ansvar, har overblikket og ser hva som må gjøres. Du gjør dine oppgaver og du spør om andre trenger hjelp. Du hjelper andre slik at de også får til. Du gjør deg selv og andre gode.